

## 栃木県立烏山高等学校陸上競技部の活動方針及び年間活動計画等（※部顧問作成）

<b>顧問名</b>	船山寛人、齋藤成、岩田恒	
<b>目標</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○部活動の実施にあたっては、生徒の安全を第一に考えて実施する。怪我等の防止に努め、生徒間の話し合いを重視する。</li> <li>○高体連、栃木陸協主催の大会に参加し、部員それぞれが自己ベストを更新するとともに、関東大会出場を目指す。</li> <li>○活動を通して、生徒が心身を鍛え、充実した学校生活を送ろうとする主体的な態度を養うとともに、生徒の学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の育成を目指す。</li> </ul>	
<b>活動方針</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の健康管理に十分に配慮し、適正な休養日を確保する。</li> <li>○学校生活や授業等に支障のない範囲で、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。</li> <li>○生徒の技術・競技力の向上と生徒間の生徒同士や生徒と教師等の望ましい人間関係の構築を目的として、長期休業中などに合宿を実施する。</li> <li>○熱中症予防対策として、WBGT計を活用した活動のリスクマネジメントを構築する。</li> </ul>	
<b>休養日</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○原則として、毎週日曜日を休養日とする。</li> <li>○大会参加等で日曜日の休養日が確保できなかった場合は、翌月曜日を休養日とする。</li> <li>○長期休業中も、学期中に準じた扱いとする。</li> <li>○8/14～8/17、12/29～1/4は、オフシーズンとする。</li> </ul>	
<b>活動時間</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○一日の活動時間は、平日は2・5時間程度として19時には完全下校とし、休業日は4時間程度とする。活動はできるだけ短時間で、合理的でかつ効率的・効果的に行う。</li> <li>○定期試験初日の1週間前から定期試験実施期間（最終日を除く）は原則として活動を行わない。</li> </ul>	
<b>月</b>	<b>参加予定大会等</b>	<b>その他</b>
<b>4月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○12（金）～14（日）第65回栃木県陸上競技春季大会</li> <li>○27（土）第2回栃木県陸上競技協会記録会</li> </ul>	
<b>5月</b>	○11（土）～14（火）第60回栃木県高等学校総合体育大会陸上競技大会	
<b>6月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○1（土）～2（日）第60回栃木県高等学校陸上競技学年別大会</li> <li>○28（金）～30（日）第90回栃木県陸上競技選手権大会</li> </ul>	
<b>7月</b>	○13（土）～14（日）第74回国民体育大会陸上競技栃木県予選会	
<b>8月</b>	○夏季合宿7日（水）～13日（火）予定	
<b>9月</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○7（土）北部支部総体陸上競技大会</li> <li>○14（土）～15（日）第59回栃木県高等学校陸上競技新人大会</li> </ul>	
<b>10月</b>	○26（土）～27（日）第8回県高校各支部対抗陸上競技大会	
<b>11月</b>	○3（日）第72回男子栃木県高等学校駅伝競走大会、第34回女子栃木県高等学校駅伝競走大会	
<b>12月</b>		
<b>1月</b>	○26日（日）第61回都市町対抗駅伝競走大会	
<b>2月</b>	○大澤駅伝競走大会	
<b>3月</b>	○若鮎駅伝競走大会	